



Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali

Martie 2015

**Se distribuie gratuit
Nr. 145**



„Iată, ale Domnului,
Dumnezeului tău, sînt
cerurile și cerurile
cerurilor, pămîntul și
tot ce cuprinde el.”
Deuteronom 10:14

Editorial

Împreună de... 12 ani! sau Ziua începuturilor slabe!

**„Cine disprețuiește
ziua începuturilor slabe?”**

Zaharia 4:10

Un om de afaceri aflat în vacanță se plimba într-o zi pe o plajă. Pe plajă erau multe steluțe de mare, aduse de val. Observă un băiețel care aduna fiecare steluță și o arunca înapoi în apă. Vrînd să-i dea o lecție de viață, omul de afaceri se apropie de băiețel și îi spuse:

- M-am uitat la tine văzînd ce faci și mi-am dat seama că ai o inimă bună și că le vrei binele. Însă îți dai seama cîte plaje sunt pe aici? Și cîte steluțe de mare mor în fiecare zi pe ele? Nu crezi că ar fi mai bine să faci altceva în timpul pe care îl pierzi salvîndu-le? Crezi că, salvînd cîteva steluțe de mare, contează?

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

N-am să renunț... - pag. 3

Ridică-te și umblă - pag. 4

Doctor în dezvoltare infantilă - pag. 6

E bine să știm - pag. 7

Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă” - pag. 9

Litere de lege - pag.15

La limita morții - pag.16



Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Băiatul se uită la el, se aplecă și luă o steluță de mare pe care o aruncă în ocean, și-i spuse:

- Pentru asta contează.

Începuturi slabe!

După accident (septembrie 1986), paralizat fiind de la gât în jos, o perioadă de timp (câțiva ani) nu am ieșit din curte (locuiesc la țară, la casă). Pe atunci nu exista internet, iar telefon... Tare mult am simțit lipsa de informații: nu prea știam unde sunt centre de recuperare, nu știam cu ce să tratez escarele, nu știam dacă avem sau nu vreun drept, nu știam unde, cum și pe cine să întreb, etc.

La 2 ani după accident, la Spitalul Militar Central mi s-a spus că voi rămâne toată viața într-un cărucior, neputincios de la gât în jos. Mă așteptam la cu totul altfel de vești, așa că șocul a fost cumplit. Gândul sinuciderii a început să-și facă loc în mintea mea. După câțiva timp, realizând că doctorii au avut dreptate, am vrut să pun gândul în practică, numai că...

În acea perioadă eram un ateu înrăit, însă un prieten a venit și m-a ajutat să cred Biblia. Până să o citesc, eram furios pe El, gândind că am descoperit vinovatul pentru durerea și neputința mea. Citind-o, nu numai că am găsit răspuns la întrebările care atâția ani m-au frământat și mi-au răpit liniștea, ci am descoperit cu bucurie că există Cineva care ne iubește enorm, care ne înțelege perfect, care suferă, dar Se și bucură împreună cu noi. Descoperirea Lui mi-a schimbat total starea sufletească și viața. Acum doream cu pasiune să trăiesc.

Așa stând lucrurile, și gândindu-mă atunci (eram deja în 1992, apăruse prima lege pentru noi) câte sute de mii sunt în situația mea, izolați, descurajați, fără acces la informație, mi-am dorit să existe „ceva”, un pliant, un buletin informativ de 2-4 pagini... care să ne strângă împreună, care să ne aducă informația necesară, care...

Nu mă gândeam să ajungă la toți... ohooo, nici gând, ci măcar la câteva sute. În nici un caz nu mă gândeam să fiu eu implicat. Mă rugam și mă gândeam să lucreze pliantul alții, eu să fiu doar unul dintre beneficiari.

Din 1992 m-am tot rugat ca bunul Dumnezeu să pună pe inima cuiva să scoată acel pliant – informa-

tiv. Opt ani m-am tot rugat și... nimic. Îmi părea așa de rău! În al nouălea an, în timp ce continuam să mă rog, în minte mi-a apărut îndemnul și convingerea că planul Lui e ca eu să fiu implicat în apariția celui pliant. Am dat înapoi îngrozit, privind la situația și handicapul meu grav. Am continuat să mă rog și, după încă un an, aceeași convingere puternică a apărut în mintea mea. De data aceasta nu am mai privit la neputința mea, ci la atotputernicia Lui.

Astfel, în urmă cu 12 ani, ceea ce îmi doream atât de mult ca să existe și să apară în fiecare lună un pliant, un „Buletin Informativ” de 4 pagini, care să ajungă gratuit la cel puțin câteva sute de semeni de-ai mei, persoane cu handicap, datorită lui Dumnezeu, a devenit realitate. Începuturi slabe!

Și priviți acum ce țineți în mână: o revistă de 20 de pagini, copertă color, rubrici interesante, articole deosebite scrise de oameni deosebiți..., fiind expediată, în format tipărit și format electronic, la aproape 4.000 de prieteni! Câte persoane o citesc?! Unii dintre voi mi-ați zis că o citesc toți cei din casă, alții că o dați și vecinilor, alții...

Ba mai mult, tot în martie 2003, a fost „lansată” în eter și o emisiune radio, săptămânală, special pentru noi: „Nu ești singur”. La început înregistrată și de o jumătate de oră. Acum, în direct, și de o oră! Miercuri seara, ora 20.00, www.rvs.ro

Și ca o încoronare a începuturilor slabe, de la apariția revistei, acum este ca o mișcare apariția și dezvoltarea „Ridică-te și umblă”. Și ea începută slăbuț: 25 de persoane cu dizabilități la prima întâlnire, în București, acum sute se întâlnesc regulat în 12 filiale, 12 orașe mari, alte 17 fiind în diferite faze de deschidere de noi filiale, acestea însemnând că alte sute și mii de persoane cu dizabilități vor avea posibilitatea să se întâlnească regulat, pentru a se bucura și a petrece un timp de calitate împreună. (2-3 dintre acestea sunt dincolo de hotarele țării!)

Și când te gândești că totul a început de la o nenorocire care mi-a sfărâmat și zdrobit totul, urmată de descoperirea Lui și a Cuvântului Său, apoi de la o dorință, de la „un vis imposibil”, izvorât(ă) din propria-mi experiență de viață și pusă în inimă de El! Începuturi slabe!

Cum s-a ajuns aici de la acele începuturi slabe?

continuare în pag. 12

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureșului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureș, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociația „HandHope”
Burcea Aurel, str. Băltărețu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

N-AM SĂ RENUNȚ NICIODATĂ LA CEEA CE-MI DORESC SĂ FAC

„Am să mă ridic de atâtea ori, încât până și viața se va plictisi să mă doboare!”

Cu acest mesaj imprimat pe un tricou alb, la volanul unei mașini elegante, m-a așteptat să facem interviul, Gigi Verduncă.

„Așa și?”. Veți putea spune „la volanul unei mașini elegante – și ce e extraordinar în asta?”

Credeți-mă pe cuvânt că este!

După ce ne-am întâlnit, am urcat fără teamă în dreapta lui. Am mers mai întâi la „locul faptei”, adică la locul accidentului și apoi la o terasă pe malul Dunării să povestim.

Înainte de a începe să vă dezvălui fabuloasa lui poveste de viață, trebuie să vă spun că l-am cunoscut pe Gigi Verduncă, în urmă cu aproape 7 ani, într-o sală de recuperare în Spitalul din Mangalia.

Când a intrat el, un bărbat superb, elegant, politicos, manierat, aflat într-un cărucior cu roțile, s-a făcut lumină în sala de recuperare. Bineînțeles că am fost curioasă să aflu povestea lui. Nu doar că am aflat-o, nu doar că m-a impresionat peste orice limite, dar am legat pe loc și o foarte strânsă prietenie.

Dați-mi voie să vi-l prezint pe Gigi Verduncă.

- Data și locul nașterii?

- 10 august 1968. Călărași, comuna Modelu.

- Un om ca tine, nu putea fii decât un model și nu sunt sarcastică deloc. Spune-mi două vorbe despre părinți?

- Părinții mei au fost Gheorghe și Stana Verduncă. Acum mai trăiește doar tatăl meu. Mama nu a supraviețuit durerii...

- Singurul copil?

- Nu. Sunt al patrulea, mai am încă doi frați și o soră mai mari ca mine.

- Ziua accidentului?

- 8 iulie 2001.

- Fix acum 13 ani. Povestește-mi filmul evenimentelor!

- Sâmbătă 7 iulie 2001 am mers la plajă cu soția mea și cu cei doi băieți ai noștri. La 5 km de Călărași e un restaurant numit Podul 4. Acolo, la Brațul Borcea al Dunării se găsește Plaja automobiletilor.

- Câți ani aveau băieții atunci?

- Florin avea 6 ani și Mihai avea 13.

- Continuă te rog!

- Sâmbătă seara la plecare ne-am întâlnit cu Nelu, un vecin de scară. Pentru că avea copil mic el venea la plajă pe seară. Am schimbat câteva vorbe și am plănuit ca a doua zi, duminică, să venim împreună, la ora 9 la plajă!

Duminică pe la 7 dimineața m-a trezit un alt vecin pe care-l blocasem seara când am parcat. M-am dus am mutat mașina și când am revenit m-am așezat pe canapea și am așipit. Până la 9 când m-a sunat vecinul cu care trebuia să mergem împreună la plajă am avut un vis care putea să-mi dea de gândit.

- Ce vis?

- Unde locuiesc acum, în casa părinților mei din Modelu am un vecin, Fronel mai mare cu 8-9 ani ca mine, care e în cărucior de când se știe, mai exact de când avea 6 luni. În dimineața aceea eu am visat că am trecut cu mașina pe lângă el, că am oprit și m-am dus lângă căruciorul lui și-mi ceream scuze, că niciodată nu am timp să stau de vorbă cu el.

- Îl cunoșteai bine?

- Da am copilărit împreună, dar de când m-am căsătorit și m-am mutat în Călărași, veneam doar îl salutăm și nu stăteam de vorbă cu el. Când ai familie, ai probleme, greutăți te concentrezi asupra lor și eu în visul meu mă scuzam că niciodată nu am timp pentru el.

- Ce s-a întâmplat după ce te-ai trezit din visul ăsta și-a dat de gândit că avea să urmeze ceva terifiant?

- Nicidecum! Târziu mi-a revenit în minte visul ăsta și posibila lui semnificație. Atunci a venit vecinul să plecăm la plajă, m-am scuzat de data asta în realitate, la el, că am adormit și i-am zis să plece ei înainte. După ce au plecat, deși aveam micii pregătiți și grătarul să-i facem la plajă, am rugat-o pe nevastă mea să mâncăm ceva. După ce am mâncat, am propus să bem și o cafea. Ea tot voia să plecăm, că ne așteptau vecinii, dar pe mine parcă mă ținea ceva pe loc.

Am plecat într-un final și am ajuns la plajă. Copilul vecinilor dormea așa că am plecat cu Nelu și cu copilul meu cel mare, am mers în amonte și am plănuit să ne lăsăm luați de apă în aval că ea fiind curgătoare te duce.

- Cât de adâncă era apa?

- Poate să aibă și 10 metri, dar la mal era mai mică. La capătul celălalt al plajei era un ponton plutitor. Pontonul avea niște vergele de pe care oamenii săreau în apă. Eu le-am propus să mergem să sărim și noi. Vecinul a zis să mergem înainte să măsurăm apa. Așa am făcut, am măsurat-o și avea peste 2 metri, deci puteam sări. Prima dată am sărit în picioare. L-am zis și băiatului meu Mihai ca să sară și el tot în picioare lângă mine. A sărit și el și am ieșit amândoi și am revenit pe platformă și a doua oară m-am urcat pe o bară și am sărit în cap.

- ăsta a fost momentul?

continuare în pag. 12



„Degeaba știi să citești dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Ridică-te și umblă

Daniel Duță

Un om pleacă de acasă grăbit, coboară de la etajul trei din bloc, închide ușa, iese afară din bloc și, când să dea colțul, un cerșetor întinde mâna și se uită în ochii lui și omul nostru îi spune: „Te înțeleg, dar sunt grăbit”.

După ce traversează strada, o fată în cărucior vede pe omul grăbit, se uită în ochii lui, omul grăbit se uită în ochii ei și îi spune: „Te înțeleg, dar sunt grăbit”.

Trece din nou un alt semafor și când să facă stânga se lovește de un baston alb pe care îl ținea un om în mână și, simțind privirea unuia de la altul, omul nostru grăbit din nou spune: „Te înțeleg, dar sunt grăbit”,

Sunt în sesiune, te înțeleg, sunt orfan, te înțeleg, am divorțat, te înțeleg! Ce înțelegi? Folosim așa de des cuvântul te înțeleg... și ce înțelegi!

După aceea era un praznic al iudeilor și Isus S-a suit la Ierusalim, în Ierusalim lângă poarta oilor este o scăldătoare numită în evreește Betezda care are cinci pridvoare, în pridvoarele acestea zăceau mulți, o mulțime de bolnavi orbi, și șchiopi, uscați care așteptau mișcarea apei, căci un înger al Domnului se pogora din când în când în scăldătoare și tulbura apa, și cel dintâi care se cobora în ea după tulburarea apei se făcea sănătos, orice boală ar fi avut, acolo se afla un om bolnav de 38 de ani, Isus când la văzut zăcând și fiindcă știa că este bolnav de multă vreme i-a zis vrei să te faci sănătos? Doamne, l-a răspuns bolnavul nu am pe nimeni să mă bage în scăldătoare când se tulbură apa și probabil că a început să-i spună uite în momentul acesta trebuie să... și până să mă duc eu se pogoară altul înaintea mea, Scoală-te i-a zis Isus, Ridică-ți patul și Umblă, îndată omul acela s-a făcut sănătos, și-a luat patul și umbla, ziua aceea era de Sabat. ”Căci un înger se cobora la anumite vremi la scăldătoare și tulbura apa și acela care intra întâi în scăldătoare după mișcarea apei se făcea sănătos de orice boală era cuprins,”(Ellen G White). Anumite vremi, ține de anumite vremi însănătoșirea, ține de perspicacitate, ține de viteza de reacție, ține de intuiție, ține de bani? De ce ține? Eclesiastul ne spune toate își au vremea lor și fiecare lucru de sub ceruri își are ceasul lui. Aaa bine... stau liniștit și aștept pentru că vine ceasul, știți vorba „ți-a venit ceasul.”

Ce înseamnă să întârzi, ce înseamnă să te grăbești! Omul acesta era acolo, nu trebuia să se ducă nici mai devreme, nici mai târziu, atunci când se mișcă apa. Ce înseamnă să fii la momentul potrivit, la locul potrivit, la timpul potrivit, acolo. Și tot se uita, tot se uita... cred că acel om se uita în ochii fiecăruia să-i privească și să-i roage. Ajută-mă! Stătea cu un ochi la scăldătoare și cu un ochi la cineva să-l ajute.



Ați văzut lumea de jos vreodată? Eram la mare cu familia, erau mulți cerșetori pe acolo, cerșeau. Zic, ce interesant este să stai jos să te uiți, și am făcut și eu acest lucru: am luat pe Bogdan, băiatul meu, m-am așezat jos și am început să cerșesc. Lumea se uita la mine, trecea, dar o doamnă s-a oprit și zice: „D-voastră sunteți cerșetor?” și eu zic „Da”. A scos un leu din buzunar, mi l-a dat și am terminat cerșetoria. I l-am dat lui Bogdan și am plecat mai departe.

Nu este simplu să-i privești pe oameni de jos! Isus nu stătea departe de cei sărmani și suferinzi, ”Inima Sa plină de iubire se deschidea într-o bunătate miloasă către toți cei nenorociți care aveau nevoie de ajutorul Său. El cunoștea pe cel suferind și nu numai că vedea problemele lui fizice, dar vedea și problemele lui sufletești” (Ellen G White).

Era o cutumă că totuși multe râuri de oameni se duceau să atingă apa doreau să atingă apa, nu era nici-o chestiune științifică nu, dar așteptau minunea și minunea vine pentru că un Om simplu, îmbrăcat simplu, coboară pe acest pământ, ia înfățișarea unui om și vine printre oameni. La un moment dat, plimbându-se printre oameni, zicea cineva, s-a atins de mine, a ieșit o putere din mine. Aș vrea în aceste momente să încercăm să-L atingem pe Isus, să încercăm să riscăm să-L atingem pe Isus Hristos pentru că acest Om care a coborât la Betezda acolo, S-a dus special la omul acesta ca să-mi arate că în fața Lui nu stă boală, nu stă moarte, nu stă păcatul.

Un om era chinuit de 38 de ani de o boală incurabilă și vizitase adesea această scăldătoare, mulți dintre cei care se îndurase de neputința sa îl duceau dintr-un loc în altul, la timpul când apa

continuare în pag. 5



continuare din pag. 4

părea că se tulbura, dar acei care erau mai tari decât ei năvăleau în apă înaintea lui. Cred că era păcălit, și se poartă lucrul acesta, se poartă pentru că interesul privat este mai important decât interesul colectiv.

Și atunci Omul acesta, Omul simplu care Se plimba pe acolo, îl întreabă pe acest om: „Vrei să te faci sănătos?” „Doamne, nu am pe nimeni să mă bage în scaldătoare când se tulbură apa și până să mă duc eu, se pogoară altul înaintea mea.

Atenție ce face Isus Hristos: El vine la mine, El coboară la mine, nu mă trimite pe mine la scamatori, la invenții, nu! Isus a venit la mine, iată Eu stau la ușa ta și bat, dacă vei deschide ușa voi intra la tine și voi cina cu tine, voi intra în casa ta, vreau să stau la masa ta... Isus a venit la tine, nu întoarce spatele ca să te duci să-L cauți. Nu! El este lângă tine, Isus a venit la mine, a coborât pe pământ. De la acest suferind nenorocit, Isus nu pretinse ca să-și de-a pe față credința sa în El, ci îi zice cu un glas poruncitor: „Scoală-te, ridică-ți patul și umblă!”

Toți de acolo așteptau minunea la secundă, ca și noi, dorim ca totul să se rezolve rapid, hai îmbracă-te repede, trebuie să plecăm repede, haide fă-mi să mănânc repede că îmi este foame....

Îmi aduc aminte când eram la bunica acasă: tăia cocoșul și stătea cocoșul în oală patru-cinci ore să se fiarbă. Și așteptam. Acum! Cum să se întâmple să stăm atâta să se fiarbă! Fasolea fierbe repede? Nu este bună, nu! la pui cu hormoni că nici nu trebuie fiert, îl mănânci direct, vrem minune la secundă și din cauza aceasta au câștigat Fast Food-urile astăzi pentru că vrem la minut.

Și omul a fost făcut bine, știți că suntem învățați ca pentru orice faptă bună să plătim, dar omul care care s-a făcut bine nu a apucat să plătească, dar a simțit nevoia să plătească, dorim să plătim pentru bine. De aceea a fost dezamăgit că dorea să-și exprime recunoștința față de acel străin care îi făcuse acest mare bine pornind la Ierusalim cu pași siguri și liberi, și cu inima plină de mulțumire, el a întâlnit pe farisei și a povestit lucrul acesta, și fariseilor nu le-a căzut bine. Ne este frică, am ajuns să ne fie frică să ne bucurăm, ca să nu ne invidieze cineva de realizările pe care le-am făcut, și am învățat să ținem în noi, atenție! și bucuriile și necazurile, și la un moment dat explodezi.

Când s-a născut fata mea în 1992, ce fain! Eram la Craiova, am plecat din spital, nu aveam telefon mobil, nu am putut să anunț, și din cauza asta vorbeam pe stradă cu cine mă întâlneau: „Știi, am o fetiță, am o fetiță!”. Eram în dreptul căminului studenților de la medicină, venea o persoană din sens opus, am confundat-o... cum se întâmplă de multe ori, am confundat-o și zic: „Știi, am o fetiță, am o fetiță!” și trece mai departe. O văd că e nedumerită persoana respectivă, ea nu m-a confundat și o simt că se uită după mine și zice „Săracul! E schizo!”

Între bun și nebun din greșeală punem egal și nu mai știm ce înseamnă bun și nebun.

Primesc odată un telefon de la o doamnă și îmi zice: „Vă rog mult de tot veniți până la Spitalul Universitar, vă rog din suflet, soțul meu trebuie să intre în operație și doctorul nu-l operează până nu stă un psiholog de vorbă cu el.” Era o operație complicată. M-am dus la el, era într-o comă indusă și, în momentul respectiv, ieșea din comă pentru a-l pregăti de operație. Nu era așa de lucid, însă soția l-a asigurat că poate vorbi cu mine. De obicei când am un pacient îi spun, uite eu fac terapie de genul acesta, uite așa este atât durează. Nu am putut decât un lucru să fac: să închid ochi și să mă rog pentru el. M-am rugat, nu știu ce au făcut oameni din jur că eu am avut ochii închiși, dar după trei săptămâni sunt sunat de domnul respectiv și zice: „I-am spus soției să cheme pe domnul acela care s-a rugat pentru mine.”

Îmi aduc aminte, eram la Arad, mergeam să predic la șazece de km de Arad, la Șicula și omul care mă ia de la gară îmi zice: „Vă rog să trecem pe la spital, e tata acolo.” M-am rugat pentru tatăl dânsului, m-am rugat pentru toți, erau opt pacienți acolo, și duminică mă întorceam din nou să vin la București. Când mă întorceam la gară, am primit telefon să mai merg odată la spital că este un domn acolo care nu și-a făcut externarea special pentru ca să mă rog și pentru el.

Frații mei! Oamenii Îl cer pe Isus, oamenii au nevoie de Isus, oamenii Îl vor pe Isus, oamenii suntem noi. Și atenție: **Isus este Cel care îmi face minunea de care eu am nevoie, nu pe care eu o cer!**

Un om pleacă de acasă grăbit, coboară de la etajul trei din bloc, închide ușa, iese afară din bloc și, când să dea colțul, un cerșetor întinde mâna și se uită în ochii lui și omul nostru îi spune: „Te înțeleg, dar sunt grăbit”.

După ce traversează strada, o fată în cărucior vede pe omul grăbit, se uită în ochii lui, omul grăbit se uită în ochii ei și îi spune: „Te înțeleg, dar sunt grăbit”.

Trece din nou un alt semafor și când să facă stânga se lovește de un baston alb pe care îl ținea un om în mână și, simțind privirea unuia de la altul, omul nostru grăbit din nou spune: „Te înțeleg, dar sunt grăbit”

Sunt în sesiune, te înțeleg, sunt orfan, te înțeleg, am divorțat, te înțeleg! Ce înțelegi? Folosim așa de des cuvântul te înțeleg... și ce înțelegi!

Cu ce drept spui cui că îl înțelegi! Vreau să desconsfir că eu sunt cerșetorul, eu sunt omul în cărucior, eu sunt orbul care am cerut. Și m-am întâlnit și eu cu un Om care mi-a spus „Te înțeleg, dar sunt grăbit să merg pe cruce în locul tău. Sunt grăbit să merg pe cruce în locul tău.” Amin!

-sfârșit-

Doctor în dezvoltare infantilă

trimisă de **Ion Potropopu**

Într-o zi, o femeie numită Anne, își lua carnetul de șofer. Când au întrebat-o care era profesia ei, ea avu un dubiu. Nu știa cum să se considere.

Funcționarul insistă:

"Ceea ce v-am întrebat este dacă aveți un serviciu."

"Sigur că da, am un serviciu", exclamă Anne, "sunt mamă".

"Noi nu considerăm ăsta un serviciu. O să consemnez casnică", spuse funcționarul cu răceală.

O prietenă a ei, Marta, auzi cele întâmplare și căzu pe gânduri câțva timp.

Într-o zi, se află în aceeași situație. Persoana care o interoga era o funcționară de profesie, sigură și eficientă.

Formularul părea enorm și interminabil. Prima întrebare era: "Care este ocupația dvs?"

Marta se gândi puțin și fără să știe cum, răspunse:

"Sunt doctor în dezvoltarea infantilă și în relațiile umane".

Funcționara făcu o pauză și Marta trebui să repete cu pauze, emfatic, apăsând cuvintele mai semnificative. După ce a notat totul, tânăra vru să verifice.

"Pot să vă întreb, ce înseamnă că faceți, mai exact?"

Fără pic de neliniște în glas, cu mult calm, Marta explică:

"Desfășor un program pe termen lung, înăuntru și în afara casei".

Gândindu-se la familia ei, ea continuă: "sunt răspunzătoare de o echipă și am primit deja patru proiecte. Muncesc în regim de dedicare exclusivă. Marea exigență este de 14 ore pe zi, uneori chiar până la 24 ore".

Pe măsură ce își descria responsabilitățile, Marta observă creșterea tonului de respect în vocea funcționarei.



Când se întoarse acasă, Marta fu primită de echipa sa: o fetiță de 13 ani, alta de 7 și alta de 3. Suind spre dormitoarele casei, ea auzi pe cel mai nou proiect al ei: un bebe de 6 luni, probând o nouă tonalitate a vocii. Fericită, Marta luă pe bebe în brațe și gândi la gloria maternității, cu multitudinea de responsabilități și orele interminabile de dedicație.

"Mama unde-mi sunt pantofii? Mama, mă ajută să-mi fac o fundă? Mama, bebe nu încetează din plâns. Mama, mă aștepti la sfârșitul orelor? Mama, vii mâine să mă vezi dansând? Mama, mergi la cumpărături? Mama..."

Stând în pat, Marta se gândi: "Sunt Doctor în dezvoltarea infantilă și în relațiile umane, dar bunicile ce or fi?"

Și apoi a descoperit un titlu pentru ele: Doctore superioare în dezvoltarea infantilă și în relațiile umane". Străbunicile sunt doctore executive superioare. Mătușile sunt doctore-asistente. Și toate femeile, mamele, soțiile, prietenele și colegele, doctore în arta de a face viața mai bună.

Într-o lume unde se dă atâta importanță titlurilor, în care se cere mereu cea mai mare specializare în domeniul profesional, transformă-te într-o specialistă în arta de a iubi.

Morala: Am ajuns să trăim cu toții într-o lume atât de ocupată și egoistă, încât uităm esența vieții în sine. Și de cele mai multe ori, uităm de cea care ne-a ajutat să primim în dar viața. Dar de ce?

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate

E bine să stim

Ce să faci când îți dai seama că ai o viroză! Prevenție! (I)

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundația Alinare

Primăvara este sezonul cand apar toate lucrurile frumoase: primele flori, primele albinuțe harnice, soarele începe să își arate "dinții" strălucitori, și totul începe să se îmbrace în haina verde! Totuși trebuie să fim conștienți că este și sezonul când apar vânturile cele mai puternice, când praful este împrăștiat pe toate străzile și când se nasc toate bolile capricioase care țin de aparatul respirator și nu numai! În această perioadă nu doar lucrurile frumoase prind viață, dar și cele mai urâte: germeni, bacteriile, virușii, alergiile, etc.

În acest articol vom vorbi despre viroza respiratorie, o boală care pe cât de comună, pe atât de urâtă și greu de stăpânit.

Potrivit medicilor specialiști pneumologi, răceala este o infecție acută virală ușoară și autolimitată a tractului respirator superior (nas, gât) care determină simptome variabile de tip strănut, nas înfundat, secreții nazale, gât iritat, febră mică și dureri de cap. Răceala este o afecțiune des întâlnită în țara noastră în special în sezonul rece sau la limita dintre cele două sezoane (cald -rece).

Viroza respiratorie se regăsește și sub denumirea de IACRS- infecție acută a căilor aeriene superioare.

Virusurile răspunzătoare de răceală sau viroză sunt în număr de peste 200 de tipuri:

- rhinovirusuri: există peste 100 de tipuri și determină cele mai multe răceli (cca 50%)
- coronavirusuri: implicate în 10-15% din răceli
- virusurile gripale: 5-15%
- virusurile paragripale și virusul sincitial respirator (RSV): câte 5% fiecare
- adenovirusuri și enterovirusuri (echo and coxsackie): mai rar.

Pentru adepții vaccinurilor antigripale, trebuie să recomandăm consultul medicului spe-

cialist, care poate vă va ajuta la depistarea unuia dintre cele peste 200 de radăcini distincte sau subradăcinile lor, căreia îi revine vina de a tulbura organismul dumneavoastră. Trebuie menționat că aceste rădăcini își modifică structura de la an la an...

Majoritatea virusurilor determina îmbolnăvirea doar o singură dată pe an, însă din cauza câtorva factori, o persoană poate contacta alți viruși de mai multe ori pe an.

Vârstele extreme sunt întotdeauna vulnerabile: copii și persoanele vârstnice.

Un risc prezintă și:

- colectivitățile: creșe, grădinițe, azile de bătrâni,
- boli cronice debilitante: diabet zaharat necontrolat, denutriție, afecțiuni respiratorii preexistente
- deficiențe imunologice congenitale: hipogamaglobulinemie
- afecțiuni autoimune sau tratament imunosupresor
- contactul prelungit sau repetitiv cu persoanele răcite
- fumatul țigaretelor
- odihna insuficientă sau tulburări de somn

Există anumite activități care măresc șansele de contactare a acestor viruși:

Prin contact direct: - cu mâinile contaminate ale persoanei bolnave. Persoanele răcite care tușesc sau strănută în palmă, rețin pe mâinile lor virusurile care pot supraviețui pe piele cca două ore și pot fi transmise mai departe unei alte persoane prin atingerea mâinilor. Dacă se spală pe mâini nu se infectează, în schimb dacă își ating cu mâinile ochii, nasul sau gura, indivizii nou contaminați se infectează și vor dezvolta răceala.

Prin contact indirect: - cu obiecte con-

continuare în pag. 8





continuare din pag. 7

taminate de către persoanele bolnave. Anumite virusuri de răceala pot supraviețui câteva ore pe obiecte contaminate de persoanele bolnave cum ar fi pe suprafața telefonului, clanțele de la uși, etc. Prin atingerea acestor suprafețe, apoi atingerea ochilor, nasului, gurii, se produce infectarea.

Pe calea aerului: - prin inhalarea particulelor virale eliminate de persoanele bolnave. Prin tuse sau strănut, persoanele pot împrăști în aer particule mici de secreții care conțin virusuri și care pot fi proiectate la distanța de cca 2 m, ceea ce le permite să contamineze indivizii din jur prin contactul cu ochii, nasul sau gura acestora și are loc declanșarea infecției. Majoritatea virusurilor de răceala nu se transmit prin salivă.

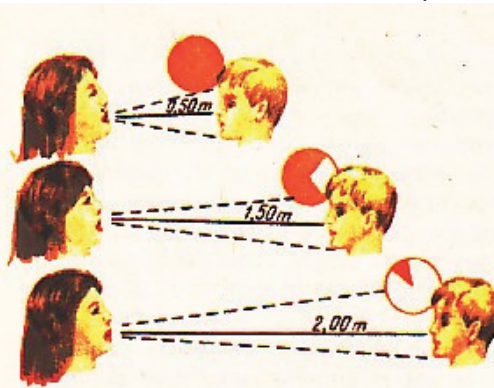


Fig. 72. Cu cât suntem mai departe de sursa de infecție, cu atât posibilitatea de contaminare scade.

Simptome de viroză respiratorie

Perioada de incubatie (de la momentul contaminării până la apariția infecției) este de 24-72 ore. Simptomele apar ca urmare a răspunsului imun al organismului împotriva infecției. Cu alte cuvinte, manifestările de nas înfundat, strănut, secreții nazale, dureri în gât, dureri de cap, conjunctivită, tuse, etc., reprezintă un răspuns activ al organismului sub presiunea virusului.

Durata răcelii este în medie de o săptămână, deși în 25% din cazuri se poate prelungi până la 2 săptămâni (ex. în caz de imunitate scăzută).

Investigațiile sunt necesare în caz de apariție a complicațiilor cum ar fi sinuzita (radiografie de sinusuri) sau pneumonie (radiografie pulmonară; examen bacteriologic al sputei) sau în cazul în care perioada de manifestare a bolii se prelungește.

Diagnosticul de viroză respiratorie

Diagnosticul poate fi pus doar de către medicul de familie, de aceea este bine să îl vizităm cât mai din timp pentru a preveni stările prelungite și neplăcute pe care le provoacă o răceală.

Există câteva criterii care diferențiază diagnosticul. Astfel că:

-Gripa poate fi percepută prin: febră înaltă, dureri de cap, dureri de mușchi

- Faringita poate fi percepută prin: predominarea și persistența durerilor în gât cu dificultate la înghițirea alimentelor

- Bronșita acută poate fi percepută prin tuse persistentă

- Sinuzita bacteriană acută poate fi percepută prin: secreții nazale purulente, dureri de cap la nivel facial

- Rinita alergică poate fi percepută prin: secreții nazale apoase la o persoană cu alergii cunoscute

- Infecția cu borderella pertussis: începe ca o răceală, dar apare o tuse foarte supărătoare în accese puternice, durata tusei fiind de câteva săptămâni.

Complicații

În majoritatea cazurilor, răcelile, cum am mai spus, sunt ușoare și durează 3- 7 zile, deși unele persoane pot continua să aibă simptome (tuse, strănut, nas înfundat) până la 2 săptămâni. Unele virusuri respiratorii pot deprimă sistemul imunitar sau pot leza tractul respirator facilitând apariția unei noi infecții virale (cu un alt virus) sau infecții bacteriene rezultând complicații de tipul:

- Sinuzita acută este cea mai frecventă complicație și de obicei este cauzată de virusuri, mult mai rar de suprainfecție bacteriană, simptomele fiind comune: secreții nazale cu pierderea mirosului, dureri la nivelul feței sau al dinților, presiune în urechi

- Otita medie acută presupune inflamația urechii medii (din spatele timpanului) datorită comunicării faringelui cu urechea printr-un canal numit trompa lui Eustachio

- Infecții de tract respirator inferior (trahee, bronhii): bronșită acută, pneumonie, exacerbări de astm bronșic, hiperreactivitate bronșică, tuse convulsivă (măgărească).

- Bronșita acută este generată cel mai frecvent de către virusul sincitial respirator care afectează copii, vârstnici și persoanele cu imunitate scăzută.

- Pneumonie: febră, tuse persistentă și modificări tipice pe radiografie

- Multe exacerbări de astm bronșic (cca 40%) sunt declanșate de virusuri de căi respiratorii superioare pe primul loc fiind rinovirusul.

- Hiperreactivitatea bronșică: rinovirusul induce modificări de reactivitate la nivelul căilor aeriene inferioare (îngustarea bronhiilor) cu tuse persistentă fenomene care dispar după cca 4 săptămâni. Persistența acestor modificări mai mult de 4-6 săptămâni orientează diagnosticul către un astm bronșic la debut.

- Tusea convulsivă: suprainfecție cu bacteria pertussis cu episoade paroxistice de tuse.

-va urma-

..... Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă”

Întrebări... respectabile

**GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”**

Nick Vujicic, băiatul fără mâini și picioare, deși avea o fire optimistă, în ciuda numeroaselor inovații de a se deplasa, reușind rezolvări pline de succes, în preajma adolescenței s-a confruntat cu ideea sinuciderii. Glumele răutăcioase ale colegilor, perspectiva sumbră a singurătății, sau mai bine zis a singularității, gândind că pentru el nu s-ar găsi nici o fată cu care să se căsătorească, piedicile majore ale deplasării, deși făcea minuni cu acel rest de membru cu două degete cu care înota și scria, l-a făcut să se creadă inutil și "pedepsit" de Dumnezeu. A încercat să se sinucidă în cadă, dar a renunțat în final, neplăcându-i ideea de a lăsa durerea să devasteze inimile părinților lui. Încrederea în sine era la cota cea mai de jos, iar minunea pe care a cerut-o lui Dumnezeu pentru a-l "repara", a rămas fără răspuns. În cele din urmă părinții lui l-au sfătuit să spună colegilor lui modul cum reușea el să-și depășească dizabilitatea și l-au asigurat că ei o să-l accepte și o să-l înțeleagă. A început prin a le vorbi grupurilor de colegi în cadrul unor întâlniri programate de profesori, apoi în biserici, până când a înțeles că trebuie să se concentreze asupra soluțiilor și nu a problemelor. A căpătat încredere în el și a acționat pe baza credinței în Dumnezeu, ajungând să vorbească milioane de oameni, inspirându-i la încredere și la o bucurie rodnică și plină de sens. Astăzi răspunde multor întrebări puse de cei care trec prin greutăți inimaginabile, dar care, fiind asemenea lor, și chiar într-o situație și mai defavorabilă, are autoritatea de a fi credibil în răspunsurile lui, inspirate din comunicarea cu Creatorul lui. În spiritul cărții "De neoprit", semnată de Nick, să dăm glas unor răspunsuri care se selectează din cazuisticile acestui volum autobiografic și să trecem dincolo de răspuns în esența unei realități profunde.

"Problema mea e unică..."

Fiecare dintre cei care trăiește o dramă și care rămâne marcat toată viața, are gândul că nimeni nu trece pe unde trece el. Și are dreptate! Doar că unii trec prin situații mai dificile și că totdeauna, oricât de grea va fi situația unei persoane cu dizabilități, va exista pe lume nu doar unul, ci poate mii de persoane care înregistrează situații cu mult mai defavorabile. Acest lucru nu micșorează durerea celor care ridică interogații, dar cea mai cumplită situație este atunci când nu ai răspuns la întrebările pe care le ridici și care vin din suferința lipsei de răspuns. Vom vedea că nu răspunsul este căutarea cât înțelegerea mai profundă a problematicii puse.

1A. Mă numesc A. A. și am picioarele amputate de la vârsta de 19 ani și acum, la etatea de 39, m-am decis, după multe dezbateri cu mine însumi, să nu mai ies din casă. Mă consider jumătate de om și nu cred că trebuie să mă amănesc că pot fi fericit în această postură. În tot timpul cât am îndrăznit să ies printre oameni, în căruciorul meu, nu am putut scăpa de comparația că ei sunt normali, iar eu nu. M-au trecut și gânduri negre, cum ar fi să mă elimin din viață, pentru că n-am șansa de a trăi deplin cum sunt cei valizi. Credeți că greșesc alegând această modalitate de răspuns?

1B. Răspuns: Geo Bogza spunea, parafrazând, "că a fi om întreg", înseamnă a avea un spirit prietenos, a profesa bunătatea și a dori binele celor din preajma ta, gesturi de suflet care îți dau rost și te face cea mai atractivă ființă pe pământ. Cu cele trei lucruri vei putea cunoaște lumea pentru că lumea va dori să te cunoască pe tine datorită calităților de caracter ce lucrează fundamentul vieții. Pentru a te convinge de acest lucru, dragă A.A. contactează-l pe Soare Florian din Doicești, care este asemenea ție și el îți va spune cât de deplin își trăiește viața și cât de mult se bucură de ea. Și vei mai afla multe alte lucruri care îți vor face viața frumoasă, dacă îl vei suna la telefonul 0722-887827.

2A. Numele meu mai puțin contează, dar să zicem că sunt G.N. din Moldova. Când aveam 12 ani m-am jucat cu fratele meu cu niște substanțe periculoase, pe care mama le-a adus de la fabrică și, fără să știe ce este în sticlă, fratele mi-a aruncat în ochi acid sulfuric și de atunci nu mai văd. Eu nu vreau să renunț la viață, căci țin prea mult la ea, dar constat că e tare amară viața fără vedere. De aceea am renunțat să mai

continuare în pag. 19



BISERICA LUI HRISTOS

Din bogățiile de pe pământ
Biserica e lucru sfânt
Ce o are Dumnezeu
Pentru că a iubit-o mereu

Se arată ca zorile
Curată ca soarele
Și frumoasă cum e luna
Credincioasă întotdeauna

Cu multe făgăduinte
Și cu multe biruințe
Sulamita se numește
Și pe credincioși iubește

Cu coroana ce o ține
Pe cap, când prințul revine,
Fără cusur o va găsi
Și pentru că o iubi

Îi va da ce i-a promis
Un loc bun în paradis
Și că a avut credință vie
O va lua în veșnicie.

Cin-se compară cu ea
Din această lume rea
Nu are egal în lume
Și are numai legi bune.

Cu douăsprezece stele în coroană
Mamă bună, scumpă mamă
Ea pe toți mult îi iubește
Fără cusur se dovedește.

Mama multor fii, copii,
Ce are multe solii
Pregătită în infinit
Până în ziua de sfârșit.

Lumea îi zice; biruitoare
Și strălucirea ei e mare
Se pleacă la Credincios
Și îl iubește în Hristos.

Cât pământul va mai fi
Prin Credință va trăi
Biserica ca Sulamită
Și de Solomon iubită.

Fără pată or sbârcitură
Dovedită din Scriptură
Și fără cusur va fi
Când Hristos va reveni.

Petrică Lupu
Țigănești - Teleorman

VIOARA ȘI MAREA

Valurile mării spală
Pietricele și nisip,
Măturând ce iese-n cale
de parcă n-a fost nimic.

Cazinoul, e-n ruină;
Tristă sunt că este-așa.
Marea-n spume se frământă
și e frig, e vreme rea.

Mi se pare? Valul cântă?
Este vis ce-aud eu oare?
Un bărbat cu barbă sură
Plânge; cântă din vioară.

Merg de parcă sunt în transă
(o poveste re trăiesc)
Marea-n zare se dilată
și vapoare-n larg sosesc.

Cântă unduios vioara,
Melodia curge lină,
Strunele șoptesc povestea
Lui Mihai și-a Veronicăi.

Pe faleză, trec agale
Singuratici visătorii
Ce privesc uimiți cum cântă
O vioară-n urma lor.

Pescăruși-n zboruri line
Se rotesc pe val de mare,
Lacrimi se preling în barbă;
Nu sunt lacrimi, sunt cristale.

Gheordănescu Maria
Cobadin - Constanța

FĂURARU

Făuraru meu vestit.
Iată că a și venit.
Mai cu frig, mai cu omăt,
Mai cu ger, mai cu ninsori.

Și așa toate zilele au trecut.
Și primăvara a venit.
Bine ai venit dragă primăvară.

Că de atâta frig și ger.
Oasele ne-au amorțit.
Și nimic noi nu am mai simțit.

Soarele cu razele sale sclipitoare.
Pe noi ne încălzește.
Obrajii ni-i mângâie.
Și ni-i rumenește
Și la viață ne trezește.

Chită Adriana
Răchitoasa - Bacău

NU PLÂNGE MAMĂ

pentru fam. Aurel Burcea

Nu plânge mamă,
Când lovit și-nsângerat trupul,
Nu doare locul biciut
Cum doare ura și cuvântul...
Bătut, scuipat, batjocorit
Eu port povara lor în spate
Și-n crucea grea duc istovit
Noianul lumii de păcate...
Nu sunt de cuie azi rănit,
Cu dragoste le rabd pe toate,
Plâng doar păcatul săvârșit de ei,
Ducându-Mă la moarte...

Nu plânge mamă,
Știu că-n gând...
Te-ai răstignit și tu cu mine,
Te simt în toate îndurând
Chiar dacă jale curge-n tine...
Eu i-am iertat căci am venit
Cu dragoste întru zidire
Precum a fost proorocit,
Să fiu jerfit spre mântuire...

Popescu P.

FAPTELE CELE BUNE

Dedicată familiei Uba:
Amalia, George și Viorica

Faptele cele bune.
Diamante strălucitoare.
Care luminează cugetul.
Îmbogățește sufletul.

Aflarea Evangheliei.
Dobândirea înțelepciunii.
Ascultarea poruncilor.
Tămăduirea oamenilor.

Cu dreptate povățuiesc.
Mântuire dăruiesc.
Dragoste necondiționată.
Rugăciune înflăcărată.

Fericire inimii dai.
Biruintă spre Rai.
Viața veșnică dobândim.
Cu Hristos mereu să fim.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria



SCRISOAREA UNEI MAME

O femeie stă tristă în curte pe o bancă,
Căci fiul ei plecat nu venea s-o vadă,
Și-i scria pe hârtie o scrisoare tristă,
Gândindu-se că citind-o acasă o să vină.

”De lângă mine fiule de mult tu ai plecat,
E multă vreme de când n-ai venit prin sat
În fiecare zi mă gândesc cu dor la tine,
Dar eu parcă nu mai exist pentru tine

Din când în când mai dai câte un telefon,
Și-mi spui băiete că de mine ți-e dor,
Că nu poți să vii, că tu din greu lucrezi,
Și-mi spui că nu ai timp ca pe mine să mă vezi

Îmi spui că nu ai timp pe mine să mă vezi,
Dar în fiecare vară la mare tu pleci,
Petreci acolo pe plajă, cu alții te distrezi,
Și pentru mine mama ta timp nu găsești.

Așadar vino azi băiete și tu pe la mine,
Ca să mai stau și eu de vorbă cu tine,
Că nu mai sunt tânără, și eu am îmbătrânit,
Și cine știe mâine m-oi duce de pe pământ”.

În timp ce-i scria inima deodată i-a stat,
Cu gândul la copil, acolo la masă a decedat,
Lângă masă a găsit-o vecina ei căzută,
Și cu scrisoarea fiului în mână tare strânsă,

Vecina femeii îndată pe fiule ei a sunat,
Cunoscând numărul ei a zis „N-am timp să vin în sat”
Dar femeia i-a zis „Vino băiete, sunt vecina ta
Vino acasă c-a murit biata maică-ta”.

Auzind trista veste acasă îndată a pornit,
Dar prea târziu pentru mamă timp și-a găsit,
Vecina scrisoarea găsită în mână ei, i-a dat,
Citind-o, cu lacrimi că n-a găsit timp a regretat.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

PREA TÂRZIU!

E-adevărat! E-adevărat!
Chiar dacă tu nu vrei să crezi
Isus Hristos a înviat
Și într-o zi tu o să-L vezi!
Și ce vei spune-n acea zi?
Vei spune poate n-am știut
Dar tu, de fapt, n-ai vrut să știi
Și nici să crezi în El n-ai vrut!
Și-n acea zi tu vei striga:
-Isuse, acum cred, ești viu!
Dar El îți va răspunde:

- Da, tu crezi acum, da-i prea târziu!

Florian Petrache
Puchenii Mari - Prahova

DOAR MAMA

Nu este dar mai mare să ai pe acest pământ
Ca îmbrățișarea mamei și al ei zâmbet blând
A ei dojană lină atunci când ai greșit
Și-a ei încurajare atunci când ești rănit.

De este în credință urmează-i pasul ei
Căci zi de zi în rugă te poartă gândul ei
Și râu de lacrimi curs-a în a ei rugăciune
Nu te-a uitat pe tine la orice plecăciune.

Și de este bătrână fii reazăm și-o alină
Și fii încurajare atunci când ea suspină
Veghează să nu aibă o lipsă în viața sa
Că lipsuri poate avut-a în tinerețea sa.

Și de nu-i la credință, strigă în rugăciune
Ca Domnul s-o conducă și gândul să-și adune
Nu ridică genunchiul și strigă zi de zi
Și spune-i cu răbdare tu tot ceea ce crezi.

Căci mama este una, doar una pe pământ
Și mângâi-o adesea cu al tău zâmbet blând
Căci azi este cu tine și poți s-o mai alini
Dar va veni un mâine când tu o să suspini.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

VESTEA BUNĂ

Vestea bună o aduc în fiecare casă
Colindele ce răsună de sărbători
Călăuziți de o stea magică și luminoasă
Aduc vestea bună printre muritori.

Vestesc minunea nașterii binecuvântată
A Unicului Fiu de Dumnezeu
Născut dintr-o fecioară sfântă și curată
În lumea în care păcatul era greu.

Primiți-L an de an cu voi la masă
În gând și în inimă găsiți-L loc
Nu doar la sărbători să-L simțiți în casă
El e mereu alături, nu te uită deloc.

Vorbește-I deschis de ce te doare
Cere-I schimbări și puteri prin rugăciuni
Vestea bună poate aduce alinare
ISUS e cel ce poate face minuni.

ISUS a venit ca dătător de mântuire
ISUS e balsam de suflet rău sau bun
ISUS se naște ca dar cu iubire
În orice zi, nu doar de Crăciun.

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor

*Talentul...
nu cunoaste
handicap!*



.....Anunțuri de la cititori..... Anunțuri de la cititori..... Anunțuri de la cititori.....

Lăcrămioara

Doresc să închiriez o locuință la țară sau o garsonieră, cu condiții minime, decente de locuit, în orașul Fieni sau în împrejurimi. Rog seriozitate! Tel. **0720-271922**.

Nelu

Mă numesc Nelu, vând 1 căruț cu maneta pe partea stângă de deplasat față, spate, viraj și frână, lățime între cotiere de 44 cm, preț 350 euro negociabil. 1 căruț electric cu 3 roți, scuter cu roți mici, preț 450 euro negociabil. Ambele sunt noi și 1 căruț cu joystic, are 4 roți, preț 330 euro negociabil. Răspund la tel. **0766-376991**.

Cătălin Anton - Galați

Absolvenții Liceului Economic Special din Constanța, promoția anilor 1977 și 1978 sunt rugați să ia legătura cât mai urgent cu fostul lor coleg, Cătălin Anton, la numărul de telefon **0740-708163!**

Anonim

Membrii A.Z.Ș., am compus 7 ani mai multe poezii: 3 volume de câte o sută poezii creștine; 3 volume de poezii necreștine, de câte 100 poezii fiecare volum, și 500 proverbe, zicători, aforisme. Însă nu am bani să tipăresc cărți, și să le public. Rog cei cu suflet de credință și cu dare de mână să fiu ajutat cu bani pentru Slava Marelui și Bunului Dumnezeu să pot răspândi Cuvântul Lui prin poeziile mele. Pun câte o poezie la fiecare Număr al revistei "Împreună", în prezent telefonul meu este: **0768-683999**

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Editorial..... Editorial..... Editorial..... Editorial..... Editorial.....

continuare din pag. 2

Ați putea spune: bani, relații, cunoștințe! Într-adevăr, în general poate așa stau lucrurile, numai că nu și în lucrarea aceasta. Familia mea este una obișnuită (tata un simplu lucrător la C.F.R., iar mama un simplu lucrător al pământului la C.A.P.), fără relații sau cunoștințe cu bani sau cu influență. Eu... un tânăr care în adolescență și-a rupt gâtul. Poate părea ciudat, însă eu nici acum nu prea cunosc oameni cu bani sau cu influență. Nu acesta-i scopul vieții mele.

Cunoșteam însă și cunosc pe Cineva care are totul și care poate totul, așa că în anii aceștia nu am dus lipsă nici de oameni, nici de bani! Este adevărat că eu nu cunoșteam pe nimeni, dar El îi cunoaște pe toți. Iar dragostea Lui pentru oameni nu are limite: „Fiindcă atât de mult a iubit Dumnezeu lumea, că a dat pe singurul Lui Fiu, pentru ca oricine crede în El, să nu piară, ci să aibă viața vecinică.” (Ioan 3:16)

Bunul Dumnezeu este Cel care a făcut toate acestea posibile. Datorită Lui respirăm, ne trezim dimineața, avem ce să punem pe masă... Lui I Se cuvine toată dragostea și admirația noastră. Fără El...

Este adevărat că de multe ori El a lucrat și lucrează prin oameni, așa că mulțumiri, recunoștință și apreciere tuturor celor care ne-au ajutat în toți acești ani, precum și celor care ne vor ajuta și în viitor. Nu-i pot aminti aici, însă Cel care ne ține și socoteala firelor de pe cap, să-i binecuvânteze și să-i onoreze, așa cum numai El știe s-o facă!

Ridicați-vă ochii spre El și nu mai priviți la ceea ce nu aveți, ci priviți la ceea ce aveți, apreciați și bucurați-vă. Valoarea noastră nu e cea care ne-o dă societatea, ci e cea care ne-a arătat-o El la cruce, murind în locul nostru. Cât privește ziua de mâine... El e deja acolo și a pregătit totul. Nu te îngrijora!

-sfârșit-

Burcea Aurel

Președinte As. „HandHope”
Vicepreședinte As. „Ridică-te și umblă”

.....Viața așa cum este..... Viața așa cum este..... Viața așa cum este.....

continuare din pag. 3

- Nu, și a doua oară a fost foarte bine. Mihai, băiatul meu mi-a admirat săritura așa că a treia oară m-am urcat pe o altă bară, mai sus. Înainte să sar însă am avut o ușoară ezitare, parcă o presimțire. M-am uitat în stânga, m-am uitat în dreapta de parcă nu aș fi vrut să sar. Vecinul m-a văzut că am ezitat și mi-a zis că dacă mi-e frica să nu mai sar. El era prudent și nu sărea decât de pe platformă. I-am spus că nu mi-e frică și am sărit. Nu știu ce s-a întâmplat, știu doar că m-am trezit cu capul lovit de fundul apei.

- A fost o lovitură puternică? Te-a durut când ai dat cu capul în nisip?

- Nu, n-am simțit o durere prea mare, dar mi-am dat seama că nu mai pot să mișc nimic, nici mâinile, nici picioarele. Eram perfect conștient. Am deschis ochii, mă uitam în apă și vedeam când întuneric, când lumină.

Probabil pendulam și apa mă lua. M-am gândit că așa o să mă înec...

- Și ce-ai făcut?

- Eu nu mai puteam face nimic, ți-am zis că nu mai simțeam nici mâinile nici picioarele, dar la un moment dat m-am trezit scos afară de Nelu, vecinul meu. I-am spus că dacă nu mă scotea ma înecam. Trăiesc datorită lui! M-a scos pe mal și abia atunci am simțit că mă doare gâtul.

-va urma-

Sursa:

<http://www.maria.craiova-maxima.ro/gigi-verdunca/>
Preluat cu permisiune

.....Să ne rugăm pentru..... ..Să ne rugăm pentru..... ..Să ne rugăm pentru.....

O rubrică apreciată de unii, poate desconsiderată de alții, însă cu siguranță de folos pentru cei care solicită sprijin în rugăciune și pentru cei pentru care se înalță aceste rugăciuni.

Haideți să-L punem la încercare pe Cel Atot-puternic, pe Cel care S-a întrupat și a murit din dragoste pentru noi.

Să ne rugăm pentru sponsorii revistei noastre, pentru Anișoara Bologa, pentru cei ce scriu la revistă, pentru Aurel Burcea și familia sa și pentru toți cei ce au o durere trupească sau sufletească. Să-i ajute Domnul, să le dea putere pentru a trece mai ușor prin problemele vieții.



Chită Adriana Bacău

Să ne rugăm la bunul nostru Dumnezeu să ne ierte greșelile noastre și să ne miluiască pe noi păcătoșii: Titi Roșoga cu familia, Mihaela și Nelu Petrache, Zoica Vicoceanu Maria din Bărcănești, Candea Diana, Angela Andrei, Aurel Burcea cu familia, sponsorii revistei, toți cei suferinzi, singuri, părăsiți și uitați dar nu și de Domnul și toți cei care ridică privirea către Tine Doamne, dar și pentru mine și familia mea.

Sorinel Vlad - Bumbesti-Jiu

Apariția revistei a fost și este dincolo de puterile mele: a fost și este **Lucrarea Lui**. Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la ini-

ma oamenilor cu inimă mare, astfel ca revista să apară și în viitor. Mulțumim tuturor sponsorilor, știuți și neștiuți, tuturor acestor oameni minunați care ne-au ajutat de zăinteresat în toți acești ani (mulțumim din suflet)

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Mi s-a deschis iarăși o escază. Rog să fiu susținut în continuare în rugăciune, împreună cu toți cei dragi.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

Cu ajutorul bunului Dumnezeu, în 12 orașe deja s-au deschis filiale ale asociației „Ridică-te și umblă”, astfel că unii dintre noi se pot întâlni într-un mediu familial. Să ne rugăm pentru aceste întâlniri din București, Ploiești, Sinaia, Târgoviște, Constanța, Bacău, Galați, Alexandria, Bârlad, Buzău, Onești și Iași, precum și pentru oamenii de suflet care vor să înființeze filiale și în alte județe. Și nu sunt puține la număr.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

„Și fără credință este cu neputință să fim plăcuți Lui! Căci cine se apropie de Dumnezeu, trebuie să creadă că El este, și că răsplătește pe cei ce-L caută.”

(Evrei 11: 6)

.....La mulți ani!..... ..La mulți ani!..... ..La mulți ani!..... ..La mulți ani!.....

Asociația și Biserica “Ridică-te și umblă” - București

Asociația și Biserica “Ridică-te și Umblă” București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna martie, un sincer și călduros **„La mulți ani!”**, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat: **Florentina Adamescu, Carmen Bernadeta Anghel, Mădălin Avramescu, Monica Bobocă, Andrei Cernat, Cornel Deaconița, Iuliana Mihaela Dublea, Iulia Georgiana Dumitru, Nicușor Halanga, Șofron Haraga, Tudor Iancu, Ionel Ilie, Nuța Ioniță, Petru Codrin Laios, Gabriel Mardare, Valerica Mârzac, Ionica Negrea, Dumitru Nicolae, Gabriela Niță, Felicia Penciu, Ciprian Sael, Luiza Elena Spiridon, Iolanda Vasilița Stănescu, Constantin Ungureanu, Teodor Gabriel Ungureanu, Gigi Voicu, Stancu Voicu.**

Stănoiu Aurel – Aiud

Pe data de 28 februarie, scumpa mea soție, **Stănoiu Viorica**, a împlinit o frumoasă vârstă. Îi

doresc să trăiască mult și frumos pentru a continua să fie sprijin și binecuvântare tuturor celor din jur. **„La mulți ani!”**

Stănoiu Viorica - Aiud

Pe data de 20 februarie soțul meu, **Stănoiu Aurel**, a împlinit o frumoasă vârstă. Îi doresc **„La mulți ani!”** să fie un fericit și aici și sus cu Tatăl.

Manolachi Doina, Anișoara Cojocaru Ghiordănescu Maria Gania Costantin Chită Adriana

În luna martie prietenii noștri de suferință mai adaugă un ghiocel în buchetul vieții. **Belciu Cristian Eugen** din Călărași, pe 21 martie; **Rotaș Farcaș Veronica** din Tîrgu Mureș, 12 martie; **Dincă Filuța** din Comănești, Bacău, 30 mar-

tie. Noi, prietenii voștri: Manolachi Doina, Anișoara Cojocaru, Ghiordănescu Maria, Gania Costantin și Chită Adriana vă dorim multă sănătate, multe bucurii. Dumnezeu să vă ajute în tot ce faceți. **„La mulți ani!”**





Minca Elena Gabriela Alexandria - Teleorman

Martie. Primăvara a sosit. Soarele strălucește și oferă bucurie. Natura s-a trezit la viață. Pomii au înmugurit. Păsările cîrlesc și zboară din creangă în creangă. Iarba a încolțit. Ghiocelii își înclină clopoștii în bătaia vântului. Credincioșii mulțumesc Creatorului pentru zilele frumoase care au sosit. Tinerii se plimbă pe cărări de munte. Primăvara este anotimpul iubirii. Totul se trezește din amorțeală. Albinele zboară din floare în floare. Seara se lasă pe nesimțite. Cerul albastru ca peruzeaua, stelele strălucesc. Luna luminează târziu în noapte și doar ea este aceea care ascultă poveștile de iubire ale tinerilor. Greierașii cântă noaptea și licuricii, doar ei luminează poteca tinerilor care merg ținându-se de mână spunându-și povești de iubire.

Dinescu Emilia Valea Stânii - Argeș

Eșecul face parte din viața noastră și când vrem să facem lucruri mari ne întâlnim cu el din când în când. Hai să-l luăm ca o bornă aflată la jumătatea drumului, cum a procedat, „omul cu 23 de eșecuri” și care nu s-a dat bătut! Câteva din punctele de referință: -falit la 31 de ani; -înving în alegeri legislative la 32 de ani; -din nou falit la 34 de ani; -moartea prietenei la 35 de ani; -depresie nervoasă la 36 de ani; -bătut în alegeri locale la 38 de ani; -bătut în alegeri pentru Congres la 43 de ani; -bătut în alegeri pentru Congres la 46 de ani; -bătut în alegeri pentru Congres la 48 de ani; -bătut în alegeri pentru Senat la 55 de ani; -nu a reușit înscrierea la alegeri pentru vice-președinte la 56 de ani; -bătut în alegeri pentru Senat la 58 de ani; -ales președinte al SUA la 60 de ani! Numele lui: Abraham Lincoln. Dacă ar fi renunțat după unele eșecuri i s-ar mai fi spus: Domnul Președinte? Și pentru tine creștine e valabilă PERSEVERENȚA, mai ales în lupta credinței. Domnul te sprijină!

(...)

...S-ar mai putea aminti de asemenea de T. Edison; după ce a încercat de 9999 de ori perfectarea becului electric, cineva i-a pus această întrebare: „vă puteți aștepta la un al zece mii eșec?” Răspunsul lui a fost: “N-am avut nici un eșec. Am descoperit doar noi modalități de cum nu se inventează becul electric!”...Un principiu de urmat și de noi: vrei reușită? Fă din eșecuri etape spre realizare!!!

Popa Remus Somostelnic - Mureș

Cine nu iubește, n-a cunoscut pe Dumnezeu, pentru că Dumnezeu e iubire, epistola 1 Ioan 4;8. Mai spune apostolul în 1 Ioan 3;9 oricine este născut din Dumnezeu nu păcătuiește, pentru că sămânța Lui rămâne în el, și nu poate păcătui, fiindcă este născut din Dumnezeu. Așadar frați și surori să trăim în iubire și neprihănire ca să ne asemănăm cu caracterul lui Dumnezeu. Domnul Isus dorește ca să ajungem la desăvârșire: Matei 5;48. Voi fiți dar desăvârșiți precum Tatăl vostru este desăvârșit, putem ajunge la desăvârșire, doar

dacă ne alipim într-un totul de Dumnezeu. În Deuteronom 18;13, spune așa cuvântul. Tu să te ții în totul totulului tot numai de Domnul Dumnezeuul tău.

Angi Papuc București

Cerul se oprește pentru a asculta de fiecare dată când te rogi. Gândurile tale, zbaterile tale, îngrijorările tale pot avea puțin preț pentru alții, dar nu uita că ele sunt înregistrate la Dumnezeu, iar Lui îi pasă de ele! Atunci când ai cea mai mare nevoie în viața ta, El îți vine în ajutor... Dacă îl chemi cu credință! “SĂ NE RUGĂM ZI DE ZI” și să-l mulțumim pentru toate binefacerile Lui... Rugăciunea e “CHEIA BIRUIȚEI”. AMIN!

George Gabriel Pieleanu Alexandria - Teleorman

Sunt un cititor fidel al revistei „Împreună”, această minunată revistă este plină de informații utile pentru persoanele cu nevoi speciale, așa cum sunt eu; așa cum ești și tu; așa cum suntem foarte mulți în România și care avem nevoie de o revistă numai a noastră, o revistă a oamenilor speciali cu nevoi speciale; o revistă pentru sufletele noastre și pentru a ne alina singurătatea de care avem parte; cred că este singura revistă din România dedicată persoanelor cu nevoi speciale care se distribuie gratuit, (este un lucru de apreciat faptul că există sponsori cu suflet mare care se gândesc și la persoanele cu nevoi speciale)...

Îmi doresc ca revista noastră cea specială să apară mulți ani de-acum înainte, avem nevoie de această revistă deosebită care să apară pe o perioadă nedeterminată de timp, (știu că în luna martie 2015 se împlinesc doisprezece ani de când ai început această treabă minunată la revista noastră specială „Împreună” alături de persoanele - sau mai bine zis colaboratorii - care colaborează alături de tine la redactarea revistei noastre speciale și apreciez foarte mult munca pe care o depuneți pentru ca revista „Împreună” să apară lună de lună)... Știu că s-au retras mai mulți sponsori care ajutau la apariția acestei minunate reviste pentru oamenii cu nevoi speciale; dar îmi doresc tare mult ca revista să apară și anul acesta tot gratuit prin puterea bunului Dumnezeu, pentru că numai El face minuni (știu că aceste minuni există cu toate că ele sunt puține în viața unui om - cel puțin așa cred eu)...

S-au împlinit aproape 12 ani de când revista „Împreună” a început să apară în format tipărit adică a început să fie distribuită persoanelor cu nevoi speciale prin intermediul poștei; sunt mulți ani de când ai început să faci o muncă deosebită în elaborarea unei reviste pe care probabil o primesc mii de persoane cu nevoi speciale; e de apreciat munca ta și a tuturor colaboratorilor tăi; mă rog la Dumnezeu pentru sănătatea ta și a tuturor colaboratorilor tăi care fac posibilă apariția revistei noastre lună de lună; mă rog și pentru sponsorii care au rămas în sprijinirea acestei reviste minunate pentru oameni speciali; mă rog și pentru persoanele dragi ție ca să aibă puterea de a te ajuta pe mai departe și ca Dumnezeu să le dea multă sănătate....

Ajutorul de deces

Cine îl poate solicita și pe baza căror acte se acordă

av. DANA BORDEIANU

Ajutorul de deces se acordă în baza legii pensiilor și este achitat în cel mult 24 de ore de la momentul solicitării, potrivit informațiilor puse la dispoziție de Casa Națională de Pensii Publice (CNPP). Din rândurile următoare puteți afla cine poate beneficia de ajutor, ce acte sunt necesare pentru obținerea acestuia și cine trebuie să-l achite.

Pentru a obține ajutorul de deces, care se acorda în baza Legii 263/2010, cererea se depune la **plătitorii acestui drept** de asigurari sociale, respectiv la **casa teritorială de pensii**, dacă susținătorul decedat era pensionar, sau la **angajatorul** asiguratului decedat, după cum informează CNPP.

Persoanele care pot beneficia de ajutor pot fi soțul supraviețuitor, copilul, parintele, tutorele, curatorul sau oricare alta persoana care dovedeste că a suportat cheltuielile de deces.

În 2014, cuantumul ajutorului era de **2298 de lei**, așa cum a fost stabilit la finele anului trecut prin Legea 340/2013 a bugetului asigurărilor sociale de stat.

Cine plătește ajutorul de deces

Ajutorul se plătește, în termen de **24 de ore** de la solicitare, unei singure persoane, după ce aceasta face dovada suportării cheltuielilor de deces.

Plata se face de către:

- **angajator**, în cazul decesului următorilor asigurați (sau al unui membru de familie al acestora):
 - o persoanele care desfășoară activități pe bază de contract individual de muncă, inclusiv soldații și gradații voluntari;
 - o funcționarii publici;
 - o cadrele militare în activitate, soldații și gradații voluntari, polițiștii și funcționarii publici cu statut special din sistemul administrației penitenciare, din domeniul apărării naționale, ordinii publice și siguranței naționale;
 - o persoanele care realizează venituri de natură profesională, altele decât cele salariale, din drepturi de autor și drepturi conexe, precum și din contracte/convenții încheiate potrivit Codului civil;
 - o persoanele care își desfășoară activitatea în funcții electivă sau care sunt numite în cadrul autorității executive, legislative ori judecătorești, pe durata mandatului, precum și membrii cooperatori dintr-o organizație a cooperăției meșteșugărești;
 - o cadrele militare trecute în rezervă, polițiștii și funcționarii publici cu statut special din sistemul administrației penitenciare ale căror raporturi de serviciu au încetat, din domeniul apărării naționale, ordinii publice și siguranței naționale, care beneficiază de ajutoare lunare ce se asigură din bugetul de stat;
- **instituția care gestionează bugetul asigurărilor pentru somaj**, în cazul decesului șomerului (sau al unui membru de familie al acestuia);
- **casa teritorială de pensii**, în cazul decesului



pensionarilor ori al asiguraților (sau al unui membru de familie al acestora) care realizează, în mod exclusiv, un venit brut pe an calendaristic echivalent cu cel puțin de patru ori câștigul salarial mediu brut și care se află în una dintre situațiile următoare:

- o administratori sau manageri care au încheiat contract de administrare ori de management;
- o membri ai întreprinderii individuale și întreprinderii familiale;
- o persoane fizice autorizate să desfășoare activități economice;
- o persoane angajate în instituții internaționale, dacă nu sunt asigurații acestora;
- o alte persoane care realizează venituri din activități profesionale.

„În situația persoanelor asigurate în sistemul public de pensii pe baza contractului de asigurare socială încheiat anterior intrării în vigoare a prezentei legi (Legea 263/2010 - n.a.), ajutorul de deces se achită de casa teritorială de pensii la care se află în evidentă”, este precizat pe site-ul CNPP.

Acte necesare la obținerea ajutorului de deces

Conform sursei citate, lista documentelor necesare pentru a obține ajutorul include următoarele:

- cererea pentru acordarea ajutorului;
- certificatul de deces (original + copie);
- actul de identitate al solicitantului (original + copie);
- actele de stare civilă ale solicitantului din care să rezulte gradul de rudenie cu decedatul sau, după caz, actul care atestă calitatea de tutore, curator, mandatar (original + copie);
- dovada că solicitantul a suportat cheltuielile de deces (original + copie);
- actul medical emis/vizat de medicul expert al asigurărilor sociale prin care se atestă boala care l-a făcut inapt și data ivirii acesteia, în cazul copilului inapt în vârsta de peste 18 ani (original);
- adeverința care să certifice că, la data decesului, membrul de familie cu vârsta cuprinsă între 18 și 26 de ani urma o formă de învățământ organizată potrivit legii (original).

Solicitarea ajutorului de deces poate fi făcută în cadrul termenului general de prescripție, care se calculează de la momentul decesului, potrivit legii pensiilor. Totodată, realizarea unui anumit stagiul de cotizare NU este o condiție pentru acordarea ajutorului.

Cuantumul ajutorului de deces în 2015

În 2015, cuantumul ajutorului de deces crește cu peste 100 de lei, după cum se stabilește în bugetul asigurărilor sociale pentru acest an.

Legea nr. 187/2014 a bugetului asigurărilor sociale de stat pe anul 2015 a apărut în Monitorul Oficial
continuare în pag. 19

La limita mortii (I)

de Nicholas Hune-Brown

După ce s-a chinuit o perioadă acasă, semnele vitale ale lui Cari Mac-lean arătau că viața îi era în pericol, în schimb când a ajuns la spital personalul medical nu reușea să-i pună diagnosticul.

Ron MacLean era pe gheață, când pompierii au intrat pe patinoar. Era într-o zi de marți seara a lunii octombrie 2012 și prezentatorul de la Hockey Night în Canada (Hochei de noapte în Canada) abia ce termina de comentat un meci din liga de hochei pentru adulți. Observând pompierii, a crezut că era vorba despre niște jucători care au avut probleme de sănătate cu puțin timp înainte. Doamne, și-a reamintit el făcând un tur de stadion, Rob și Bill au făcut încă un infarct. Între timp a observat că niște jucători l-au arătat cu degetul. Pompierii care au răspuns unui apel de urgență provenind de la domiciliul lui Ron - l-au anunțat că soția sa, Cari, a fost transportată de urgență cu salvarea la spitalul Oakville-Trafalgar Memorial. Ea le-a cerut să-l anunțe. "Bine, aveți timp să vă schimbați, dar trebuie să vă grăbiți", i-au recomandat aceștia.

Rob a demarat în viteză și a părăsit patinoarul încât era cât pe ce să accidenteze o mașină care încerca să parcheze. Știa că, Cari nu se simțea prea grozav. A încercat să se calmeze. Cuplul locuia la Oakville, o suburbie prosperă situată în estul orașului Toronto. Amândoi au crescut la Red Deer, în Alberta și sunt împreună din 1978. Ron, care termina secundara în acea perioadă, s-a îndrăgostit de o jucătoare de baschet, care seamănă foarte bine cu Jennifer Beals (vedetă) de la Flashdance. A început să o caute pe Cari la școală și la sărbători și a început să-i cronometreze traseele spre sala de sport locală pentru a o putea întâlni, când aceasta se întorcea de la antrenamentele de baschet. În final a

reușit să o cucerească. Atunci când Cari a plecat să-și continue studiile la universitatea din Edmonton iar Rob și-a început cariera de prezentator la Reed Deer, el era mai toate weekendurile pe autostradă pentru a o întâlni pe Cari.

Ron a mai fost odată la urgență la spitalul Oakville-Trafalgar. În 1990, chiar înaintea primului meci dintre Leafs și Blues cu ocazia seriilor eliminatorii, soția sa însărcinată în trei luni l-a sunat de la St. Louis pentru a-l anunța că o durea foarte tare burta. Ron a sărit într-un avion dar a rămas blocat toată noaptea la Pittsburgh. Când în sfârșit a ajuns, Cari pierduse deja copilul. Cuplul a fost devastat. Au încercat apoi de mai multe ori să aibă copii, dar era clar că erau destinați să nu fie părinți. Timp de 28 ani, au fost tot timpul unul pentru altul. Dar de această dată se aștepta la ce era mai rău.

Cari nu avea obiceiul să lenevească. Ea juca hochei și alerga la maratoane. Toamna trecută a avut dificultăți să se țină de grupul cu care a participat la cursă. Ea a crezut că ar putea fi din cauza vârstei și lipsei de antrenament. Cari a împlinit 50 de ani în 2012 și a petrecut o vară liniștită, neglijând a face sport. Poate a luat vreun virus de gripă. Fiecare din acești factori ar putea explica suflul greu pe care-l avea și această slăbiciune pe care nu a mai avut-o înainte.

În ziua de luni a sărbătorii recunoștinței, ea a simțit crampe în mușchii de la picioare - aceeași senzație pe care a avut-o în luna aprilie a anului trecut, după o călătorie în Vietnam. Marți seara, crampa nu dispăruse încă. Cari a trimis un mesaj la o prietenă, pentru ai spune că nu va putea veni la antrenamentul de hochei. După plecarea lui Ron la propriul său meci, a urcat la etaj și a umplut cada cu apă, sperând că apa fierbinte o va ajuta să scape



de durere. Astfel a început să aibă probleme mai grave. Aflându-se în apă a început să vomite. A reușit să iasă din cadă și s-a privit în oglindă. A fost speriată când s-a văzut: fața sa, era plină de transpirație și era albă ca un cearșaf.

Din sala de baie care dădea în dormitor, Cari a privit spre patul care era la câțiva metri mai încolo. S-a simțit incapabilă de a ajunge până acolo. A strâns câteva prosoape și a făcut un pat improvizat pe gresia din baie. S-a lungit și apoi s-a întors pe o parte strângând genunchii la piept. Astfel a auzit o voce. "Nu, spuse ea. Scoală-te, îmbracă-te și sună la salvarea." S-a simțit ca hipnotizată. Corpul său nu vroia decât să stea culcat, dar vocea din mintea ei continua să repete: "Scoală-te, scoală-te, scoală-te."

Chiar dacă familia MacLean dispunea de o linie de telefon fixă, Cari nu se gândea decât la telefonul său mobil, care se afla la parter în bucătărie. A reușit să pună pe ea primele haine pe care le-a întâlnit în cale și a coborât scările târându-se pe burtă câte o treaptă odată, având o durere insuportabilă. Când a ajuns în final la telefon și a format 911, operatorul a întrebat-o dacă pacientul mai respiră. "Eu sunt pacientul, a răspuns cu o voce joasă Cari. Am o problemă."

Mangesh Inamdar era la mijlocul turei sale de lucru de 8 ore când infirmierele de gardă au chemat-o la urgență. Fiind o femeie pe la patruzeci de ani, foarte bine conservată, partaja împreună cu mai mulți medici de la urgență această dragoste pentru adrenalina. Terminând facultatea de medicină, își dorea să devină

continuare în pag. 17



continuare din pag. 16

specialistă în radiologie, să poată citi radiografiile și scanurile în liniște într-un birou. Pe timpul rezidenței, și-a dat seama că este atrasă de unitatea de terapie intensivă și a fost nevoită să facă gărzi suplimentare din cauza mulțimii de sarcini care nu se mai terminau. S-a gândit că poate acesta ar fi locul unde putea vedea o multitudine de cazuri pe care le putea studia, ori de a avea satisfacția obținerii unor rezultate rapide în urma activității prestate, sau mai degrabă dorința de a rezolva situații între viață și moarte.

Când personalul de la ambulanță au transportat-o pe Cari în interior, ea și-a dat seama că ceva nu funcționează cum trebuie. Fața sa era lividă și pulsul aproape inexis-

tent. Tensiunea sa arterială era și mai îngrijorătoare. Pentru o femeie de vârsta lui Cari, tensiunea arterială sistolică trebuia să fie pe la 120. Cari o avea pe la 60, periculos de scăzută. Această tensiune sugera mai multe posibilități: o ruptură de aortă, o hemoragie internă, un lichid în jurul inimii, un șoc septic și mai grav posibilitatea unui infarct.

Deci doctorului Inamdar îi revenea permanent în minte un diagnostic de embolie pulmonară ("Obstrucție brutală a uneia dintre ramurile arterei pulmonare. Embolia pulmonară este o afecțiune frecventă și o cauză importantă de mortalitate. Ea este cauzată de formarea unui cheag pe peretele unei

vene, aproape întotdeauna într-o venă profundă a unui membru inferior, uneori într-o venă a micului bazin sau chiar a abdomenului (vena cavă inferioară), cheag care, eliberat în circulația sangvină, migrează și se oprește într-o arteră pulmonară. Acest fapt poate fi consecința unei nașteri sau unui avort, unei operații (în particular, osoasă sau articulară), unei imobilizări prelungite (șezut la pat, fractură), unei insuficiențe cardiace, unui cancer, unei poliglobulii (creșterea volumului total al globulelor roșii ale organismului)").

-va urma-

Sursa : Selection.ca - septembrie 2013
Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

...Izvorul neseceat... ...Izvorul neseceat... ...Izvorul neseceat... ...Izvorul neseceat...

Minciuna - un adevăr sigur pentru a supraviețui?

„Martorul mincinos nu rămâne nepedepsit, și cel ce spune minciuni nu va scăpa.”

Provebe 19:5

Trăim în lumea minciunii, unde o regăsim la tot pasul și în toate domeniile de activitate de pe acest pământ, pornind de la relațiile interumane până la produsele de piață. Ascunderea adevărului e o modă în ziua de azi. Dacă nu minți, nu ești în tonul modei, ci ești învechit. Minciuna e arma letală de a te autodistruge, dar și de distrugere a altor persoane. Ulciurul nu merge de multe ori la apă și minciuna are picioare scurte, de aceea nu va ține la infinit. La un moment dat vei fi demascat, pentru că nu mai știi ce să inventezi. Minciuna cere o altă minciună și te aduce în starea în care nu vei ști ce să mai spui și, automat, vei recunoaște că ai mințit și vei spune adevărul sau îți mărește considerabil nivelul de stres.

Adevărul e arma care te poate face fericit, liber și curat, fără a-ți crea o grijă ce vom face sau ce voi zice, vei putea dormi noaptea liniștit fără nici o grijă. Adevărul poate să te ducă pe calea sigură a unei culmi înalte, pline de succes, care poată dăinui veșnic, pe când minciuna te urcă repede și te prăbușește repede. Adevărul e construit pe o stâncă durabilă a încrederii depline și minciuna e construită pe nisip și la primul vânt al suspiciunilor se va dărâma imediat, datorită argumentelor solide ale adevărului.

Cercetătorii Universității Stanford, SUA, au realizat un experiment care a relevat că lipsa de onestitate aduce o senzație de greutate și de apăsare care îi poate împiedica pe oameni să fie activi, ca de exemplu să facă sport și alte sarcini care implică efortul fizic. Autorii studiului spun că gândurile care se învârt în jurul minciunii activează zonele cerebrale asociate cu percepția și văzul în același mod în care sunt activate atunci când omul chiar poartă o greutate fizică. Cu alte cuvinte, minciunile pot duce la surmenaj, epuizare fizică și psihică, efectul negativ fiind cu atât mai mare cu cât minciuna e mai „grea”. Sursa-adevarul.ro

Dureros este când cunoaștem oameni de lângă noi care ne sunt dragi sau Îl cunosc pe Dumnezeu și iau de partea lor minciuna, care aduce cu sine relații rupte și conflicte nedorite din nimicuri. Dumnezeu ne cheamă să fim sfinți și să spunem adevărul așa cum e, fără a acoperi prin minciună o faptă sau un gând negativ la adresa cuiva. Pentru a reface relațiile rupte și a elimina atmosfera încordată, trebuie să facem mereu în felul acesta.

Dacă ne regăsim aici, în situația asta, e bine să ne cercetăm și să luăm decizia de a elimina de acum înainte arma minciunii din viața noastră, care ne aduce griji și nefericire, și să adăugăm arma adevărului în viața noastră, care ne va face fericiți și ne lipsește de niște griji inutile.

Un studiu realizat de cercetătorii de la Universitatea Notre Dame, SUA, în care a fost monitorizat comportamentul a mai bine de 100 de persoane, care efectuau săptămânal teste cu detectorul de minciuni, a relevat că participanții care fuseseră instruiți să evite conștient minciunile, au raportat că relațiile lor s-au îmbunătățit, că dormeau mai bine, simțeau mai puțină tensiune și aveau mai rar dureri de cap și de gât. Sursa – adevarul.ro

Mai bine o inimă curată și un adevăr spus la timp, pe față, decât o minciună lingușitoare și cu sufletul plin de durere, de boală, de neliniște și necurat. Lui Dumnezeu nu Îi place minciuna, doar adevărul Îl caracterizează pe Dumnezeu.

Vă doresc să fiți oamenii ai ADEVĂRULUI și o să fiți împliniți pe deplin!

-sfârșit-

Mircea Costel Bratosin – Redactor Revista Împreună /
Director Relații Publice / P.R. Manager Asociația "Ridică-te și umblă" România



Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 1 a lunii de apariție a revistei.

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespundeze:

Lăcrămioara

Am boala Adisson, gr. 2, am 34 ani, sunt din Fieni și doresc să cunosc o persoană cu vârsta de cel mult 45 ani, din zona Târgoviște – Dâmbovița, pentru prietenie / căsătorie. Poate să aibă handicap gr. 2 ca și mine. Pot fi contactată la tel. **0720-271922** sau pe skype **albugina**

Anonim

Domn, 48 de ani, serios și responsabil, dar în același timp tandru și romantic, cu o ușoară problemă fizică, gradul 2, doresc să-mi întâlnesc sufletul pereche. De aceea doresc să cunosc o doamnă, cu vârsta cuprinsă între 40 și 50 ani, serioasă, înțelegătoare și foarte motivată pentru a forma o familie reușită. Nu răspund la bip sau sms. Pot fi contactat la **0746-754232**.

Neluțu

Mă numesc Neluțu, am 40 de ani și am un handicap gr. 2. Caut o fată pentru căsătorie. **0747-425712; 0267-355558 și 0736-947871**. Adresa poștală Toma Constantin Ioan, str. Principală, nr. 438, loc. Aida Mare, jud. Covasna

Puiu

Domn serios, 50 ani, fără obligații, deficiență vizuală accentuată, pensionat medical, situație materială bună, integrat social, doresc cunoștința unei doamne, cu vârsta cuprinsă între 50-55 ani, fără obligații, cu o ușoară deficiență fizică, pentru conviețuire. Tel. **0768-238458 și 0721-541430**

Costel

Tânăr, 44 ani, cu handicap gr. 1, nu am piciorul drept din șold, mă deplasez în cărje, am o fată de 14 ani, sunt din Teleorman, locuiesc cu mama și fiica. Doresc o relație serioasă. Nr. **0729-658247**. Nu răspund la privat.

Nicu

Sunt Nicu din Prahova, handicap gradul 2, 45 ani, doresc să cunosc doamnă de vârstă apropiată. Rog seriozitate. Nr. **0726-896262**

Marieta

Mă numesc Covaci Marieta, sat Căndești, com. Vernești, îmi caut jumătatea. Sunați-mă la nr. **0755-306557 sau 0755-308751**

Costică

Bună fetelor, mă numesc Costică, sunt din Bacău, șaten cu ochii albaștri, 39 de ani, 1,68 m, sunt creștin ortodox, locuiesc în oraș și aș dori să cunosc o fată pentru o relație serioasă și de lungă durată. Care doresc să mă cunoască mă pot contacta la următorul număr de telefon: **0748-648918**.

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 54 ani, am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu

aceeași dizabilitate, gr. 2, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad sau împrejurimile acestor județe. **0742-177605**.

Constantin

Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 40 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. **0762-929910**

Gabriel

Mă numesc Gabriel, am 36 de ani, 1,65 m, 73 kg, nevăzător gr. 1, sunt creștin adventist, doresc să cunosc o fată serioasă, realistă, credincioasă, adventistă și să mă accepte așa cum sunt. Pentru căsătorie. **0742-919482 sau 0763-847316**

Dorin

Nevăzător, gradul unu, locuință la țară, 51 ani, fără vicii, fără obligații, fără copii în întreținere, cu bun simț, sincer, serios, doresc să cunosc o posibilă parteneră, sinceră și total interesată pentru o relație adevărată, bazată pe sinceritate și respect. Detalii la **0763-176805** sau mesaj vocal la **0730-512323**. Ps. Doar cu intenții serioase.

Dan

Mă numesc Popa Dan, sunt din jud. Alba, am 44 de ani și doresc o relație stabilă de lungă durată, să locuiesc la mine. Am toate condițiile. Vă rog seriozitate. Nr. **0742-822952**.

Marius

Sunt Marius, am 35 de ani, am un handicap fizic din naștere, celibatar și vreau să-mi găsesc liniștea sufletească alături de o femeie sufletistă și împreună să pornim pe drumul vieții. Mă puteți găsi pe skype **mari-cos26** sau la tel. **0755-457283 și 0760-347592**

Joițoiu Marian – Plosca (Teleorman)

Mă numesc Joițoiu Marian, am 27 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la **0785-710466**. Pentru cei care au acces la internet, mă pot vedea la <https://www.facebook.com/mariannelu.joitoiu?fref=ts>

Gabriel

Sunt necăsătorit, îmi caut jumătatea mea sau o relație care să nu fie pe termen scurt. Vreau să găsesc pe cineva pe care să o iubesc cu adevărat. Îmi place orice fel de discuție în care există bunul simț. De la o relație nu prea am preferințe. Nu contează distanța. Dacă ești serioasă și dacă vrei, putem să ne dăm întâlnire la tine în oraș pe viitor, dacă la mine în oraș nu poți veni. Vreau să vorbim și să ne cunoaștem. Te aștept! Mai multe detalii și informații la ID mess: **gabriel2014ro** Tel. **0746-775642** (Gabriel). Nu răspund la numere ascunse! La apeluri și la sms-uri răspund!

Alexandru

Mă numesc Alexandru, am 34 de ani, nevăzător gr. 1, grav, doresc să comunic cu fete din toată țara, cu vârsta între 29 și 35 ani. Nu răspund la bip, sms sau nr



continuare din pag. 18

privat. **0761-999838**. Răspund de luni până sâmbătă, între orele 10-22.

Aurel

Aurel, 50 ani, din Focșani, cu scleroză multiplă, merg pe picioarele mele distanță de 100 m. Am suflet bun, credincios, situație modestă, caut doamnă cu suflet bun pentru o relație de lungă durată (căsătorie).

0733-579407

Bogdan

Bogdan, am 29 ani, 1.70 m, 70 kg și tel. **0747-830998** și **0721-501331**

Adrian

Adrian, 38-39 ani, 1,80 m, 75 kg, tel. **0721-185023** și **0756-484156**

Gigel

Bună, mă numesc Gigel, sunt gr. 1, doresc să comunic cu fete pentru o relație serioasă. Care dorește mă poate contacta la nr. **0732-548699**. Vă aștept.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Litere de lege..... Litere de lege..... Litere de lege..... Litere de lege.....

continuare din pag. 15

nr. 961 din 30 decembrie 2014 și a intrat în vigoare în 2 ianuarie 2015.

Prin intermediul acestui act normativ s-a stabilit creșterea **câstigului salarial mediu brut** utilizat la fundamentarea bugetului asigurărilor sociale de stat de la 2298 de lei, cât a fost în 2014, la **2415 lei**.

Prin urmare, cuantumul **ajutorului de deces** crește, în cazul asiguratului sau pensionarului, tot la **2415 lei** - ceea ce reprezintă o majorare de **117 lei** față de anul 2014.

Totodată, există o mărire a ajutorului de deces și în cazul membrului de familie al asiguratului sau al pensionarului. Concret, în 2015, cuantumul este de **1208 lei** - cu **59 de lei** mai mult decât în 2014.

Persoanele care pot beneficia de ajutor sunt soțul

supraviețuitor, copilul, părintele, tutorele, curatorul sau oricare altă persoană care dovedește că a suportat cheltuielile de deces, informează Casa Națională de Pensii Publice.

Cererea pentru acordarea ajutorului se depune, după caz, la casa teritorială de pensii sau la angajatorul asiguratului decedat.

Ajutorul se plătește, **în cel mult 24 de ore** de la momentul solicitării, după caz, de către angajator, instituția care gestionează bugetul asigurărilor pentru somaj sau casa teritorială de pensii.

-sfârșit-

sursa: www.avocatnet.ro

.....Ridică-te și umblă..... Ridică-te și umblă..... Ridică-te și umblă.....

continuare din pag. 9

vorbesc cu oamenii și chiar cu cei din casă. Doar mănânc, dorm și ascult radioul, dar altceva nu mă mai interesează. Simt revoltă pentru ceea ce sunt și pentru soarta pe care o am. Nu înțeleg de ce Dumnezeu, dacă există, mi-a dat o viață atât de limitată. M-am îngrășat mult și nu-mi face plăcere să mă mai întâlnesc cu cunoscuți, prieteni și chiar cu cei care, zic ei, îmi vor binele. Nu credeți că îmi simplific viața mai mult și că voi suferi mai puțin dacă voi face ce mi-am propus?

2B. Răspuns: Când te izolezi de alții, te izolezi de tine, pentru că nu vei mai putea afla cum cei din preajma ta ar putea fi o soluție la nevoile tale importante, iar nevoile cele mai importante sunt cele ale inimii și ale minții. Pe terenul acesta sunt adevăratele satisfacții, căci poți vedea lucruri minunate cu sufletul, cu imaginația gândului, dacă îți vei hrăni mintea cu adevăruri mari și cerești. Comunicarea este ceea ce este sângele pentru corp. Adevăratele tale nevoi le vei afla prin oglinda vieții altora. Poate că vorbele mele îți vor suna banale și nerelevante, dar întreab-o pe Anca din Constanța, care nu vede și cere-i să-ți spună de ce dorește să se întâlnească cu așa de mulți oameni și de ce este așa de încântată de preocupările ei ce o fac fericită. Este un lider de mare valoare prin ce face. Merită s-o abordezi. Telefoanele ei sunt: 0742-913425; 0760-325890 și 0737-609413.

Dragii mei, vă încurajez să puneți întrebări, iar, după cum vedeți, nu răspunsul meu va fi atât de important, cât ceea ce va spune cineva asemenea vouă în dizabilitate, dar care are o experiență care vă poate inspira și care vă poate consilia în cazul vostru ce poate fi o deprimare, un abandon sau o întunecare de gânduri. Nu doar că veți afla lucruri care merită să le știți, dar poate că veți câștiga și un prieten. Nu veți regreta! Aștept întrebările voastre!

N.R.: Mă alătur și eu domnului Uba în a vă provoca, nu numai să puneți astfel de întrebări, ci chiar să răspundeți cei care ați trecut sau treceți prin situațiile semnalate. Voi încerca să găsesc un spațiu în revistă pentru a publica cel puțin o parte din răspunsurile voastre. Burcea Aurel.

-sfârșit-

**„Dumnezeu poate să ia locul
oricărui lucru,
dar nimic nu poate lua locul
lui Dumnezeu.”**

UMILINȚĂ

**Privesc la Crucea Ta Stăpâne
Și-o lacrimă îmi curge iar
Când mă gândesc că doar zadarnic
Ți-e Jertfa Sfântă pe Altar**

**Mi-e foame și mi-e sete Doamne
Și să mă rog abia mai știu...
Căci lumea asta trecătoare
Îmi lasă sufletul pustiu.**

**Nădejdea mea e doar la Tine
Și știu că Tu mă vei ierta
Căci mă iubești, și pentru mine
Te-ai răstignit atunci... cândva!**

Macovei T. Gabriela

**„Succesul nu se măsoară
după înălțimea la care ai reușit să ajungi,
ci după numărul celor
pe care i-ai luat cu tine până acolo.”**

